

## NISHI 12

No.338

〒西区役所 ☎045-320-8484(代表電話) 〒220-0051 西区中央一丁目5番10号

| 開庁日 | 月～金曜日(祝日・休日・12月29日～1月3日を除く) | 受付時間 | 8時45分～17時

## 目次

- 表紙 光るヨコハマ、きらめく西区……………P5～6
- 特集 じぶんらしく、輝く★にしく……………P7
- にしくトピックス……………P8～9
- 各種お知らせ……………P10～12

## 心に残る光の風景

光るヨコハマ、  
きらめく西区

冬の訪れとともに、**西区の街はイルミネーションの光で彩られます。**  
横浜駅周辺やみなとみらいでは、歩道橋や広場がきらめく光で包まれ、幻想的な雰囲気に。

家族や友人と一緒に、あるいは一人でゆっくりと、寒さの中でも心が温まるひとときを、過ごしてみませんか。



光の道が、冬の夜を彩ります

## ヨコハマミライト2025～みらいを照らす、光のまち～

今年も、市内最大級のイルミネーションが街を彩ります。横浜駅東口からみなとみらいエリアにかけて、ブルーを基調としたLEDライトが冬の夜を美しく照らします。このイルミネーションはグリーン電力を活用し、環境に配慮した取組としても注目されています。

**日時** 11月6日(木)～2月8日(日) 16時～23時

※点灯時間および実施範囲が期間により異なります。ご了承ください。

**会場** 横浜駅東口、はまみらいウォーク、  
みなとみらい歩道橋、グランモール公園、  
帆船日本丸(船体整備期間は除く) など

## 見どころ

約25万球のLEDライトが織りなす光の道が、約1.5kmにわたって続きます。

夜の澄んだ空気の中、ブルー・ホワイト・ゴールドの輝きが彩る「冬だけの特別なひととき」を、街歩きしながらぜひ楽しんでください。

## コラム

## 環境に配慮したイルミネーションって？

ヨコハマミライトは、太陽光や風力などの自然エネルギーで発電されたグリーン電力を活用しています。自然エネルギーによる発電はCO<sub>2</sub>を排出しないため、環境への負荷が少ないのが特徴です。地球に優しいエネルギーを使うことで、美しい光の景色をより持続可能な形で楽しむことができます。



はまテラス



眺めの広場



ウェブページはこちら

## みなとみらい

クリスマス マーケット

## Christmas Market 2025

たからものは、みらいに輝く

木製のヒュッテ(露店)が並ぶクリスマスマーケットを開催します。クリスマスならではのグルメや雑貨を楽しみながら、イルミネーションとみなとみらいの夜を満喫してください。

**日時** 11月28日(金)～12月25日(木) 11時～21時30分

※11月28日(金)は17時～21時30分

**場所** グランモール公園「美術の広場」周辺

※天候などの状況により内容を変更する場合があります。最新の予定は、ウェブページをご確認ください。

**問合せ** ヨコハマミライト実行委員会 クリスマスマーケット事務局

問合せはこちら

**問合せ** ヨコハマミライト実行委員会事務局 ☎info@ymm21-illumination.jp

その他のイルミネーションは次ページで紹介





ここでも西区で冬のイルミネーションが楽しめます

## ヨコハマイルミネーション2025 「ヨコハマイルミナスクエア」



3秒以上立ち止まると、特別な演出が始まります



みなみ西口が写真映える絶好のフオスポートに

横浜駅西口を中心に、光・音・映像が融合したイルミネーションが街を彩ります。今年のテーマは「まちが“開く”、ヒト・感覚・心が“開かれる”イルミネーション」。芽生えをイメージしたブルーやグリーンの光が広がり、訪れる人に非日常体験をお届けします。

**日時** 11月12日(水)～2月14日(土)  
17時～22時

**会場** 横浜駅西口駅前広場、みなみ西口エリア、幸川、新田間川 など

### 見どころ

クリスマスや新年、バレンタインといった特別な時期に合わせて一部演出が変更され、訪れるたびに異なる雰囲気を楽しむことができます。ぜひこの機会に足を運び、季節ならではの彩りを感じてみてください。



ウェブページはこちら

問合せ 一般社団法人横浜西口エリアマネジメント [info@yokohamanishiguchi.or.jp](mailto:info@yokohamanishiguchi.or.jp)

## 西区キャンドルアート2025 ～優しい光のイルミネーション～

西区のマスコットキャラクター「にしまろちゃん」と彦根市のキャラクター「ひこにゃん」をかたどったモチーフキャンドルや、地元の小学生がイラストを描いたキャンドルが会場を優しい光で照らします。一日限りの幻想的な冬の夜をお楽しみください。

**日時** 12月20日(土) 17時～19時 ※雨天中止

**会場** グランモール公園 美術の広場(みなとみらい3)

**プログラム** 17時～17時15分:開会式  
18時30分～18時50分:キャラクター撮影会  
※天候の状況により一部内容を変更する可能性があります



優しい明かりがともの、にしまろちゃんキャンドル

会場には  
「にしまろちゃん」と  
「ひこにゃん」が  
登場するよ



西区のマスコット  
キャラクター  
「にしまろちゃん」

©彦根市



ウェブページはこちら

### コラム

#### 横浜開港の立役者、井伊直弼公がつなぐ西区と彦根市

横浜港の開港に尽力した彦根藩主・井伊直弼公をたたえ、旧彦根藩士たちは西区の鉄道山を購入し、銅像を建立しました。後に敷地と銅像は横浜市に寄贈され、井伊家の官職名である掃部頭にちなみ「掃部山公園」と名付けられました。井伊直弼公をご縁に、西区と滋賀県彦根市との交流は、長年にわたり続いています。

問合せ ふるさと西区推進委員会事務局(地域振興課内) [Tel 320-8387](tel:320-8387) [fax 322-5063](tel:322-5063)



特集 12月3日～9日は障害者週間です

# じぶんらしく、輝く★にしく

区内には、障害のある人が活動する団体や作業所があり、それぞれの個性を生かした活動や制作に取り組んでいます。

今回は、そうした日々の成果を披露する「**西区ふれあい作品展**」と「**西区技能披露フェスティバル**」のご紹介と、**イベントに向けて準備を進める皆さんの声**をお届けします。

来場者には  
プレゼントをご用意  
※なくなり次第終了

## 西区ふれあい作品展を開催します

区内の福祉作業所、障害関係事業所を利用している皆さんが、日々の活動の中で制作した作品を展示します。前回は13団体のご協力により、多彩な作品や製品が並びました。思いが込められた、数々の作品をぜひご覧ください。

**日時・場所** 1月9日(金)～15日(木)

8時～21時30分 神奈川大学みなとみらいキャンパス(みなとみらい4-5-3) ※11日(日)・12日(月)除く

11時～16時30分 caféアニミ(みなとみらい2 クロス・パティオ) ※12日(月)～14日(水)除く

### 参加団体からの声

#### アンドココ &COCO (生活介護事業所)

前回は「はみ出して描こう」をテーマに作品を制作しました。今回は廃材を使って動物を表現する作品づくりに挑戦しています



ダイナミックな筆使いで  
作品づくりに取り組みました



#### デルタ パソコン工房DELTA (地域活動支援センター)

ポストカードやカレンダー、レターセットなどを展示します。また、今回のふれあい作品展のチラシのデザインも手がけました



みんなで出した意見を  
形にしています



#### つむぎ子ども教室・II (放課後等デイサービス)

今回は「ぶどう」をテーマにした作品づくりをしています。ペットボトルのキャップに好きな色の折り紙を巻いて、色とりどりのぶどうの実を作ります



一粒一粒、丁寧に作っています



## 支える人と挑む人、みんなで作るぎのふえす

1月23日に開催される西区技能披露フェスティバル「ぎのふえす」に向けて、障害のある人と支援者が力を合わせ、それぞれの得意なことを生かし、工夫しながら準備を進めています。日々の積み重ねが、本番のステージで「きらり」と輝く瞬間へとつながります。

### ぎのフェスで何をします？

どんな企画だと伝わりやすいかなど、関係者で月に1回打合せを行っています。どうすれば本人の思いや伝えたいことを表現できるのか、話し合いを重ねています



### ぎのフェスへの意気込み

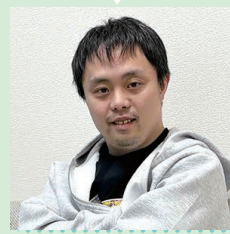
前回はオリジナル曲を披露しました。ぎのふえすを通じて、さまざまな人とつながることができました。本番に向け、仕事やライブの合間に練習しています



さいすたくや  
齊数卓也さん

### ぎのフェスへの意気込み

前回ダンスを披露したときは、発表後にたくさんの人に声を掛けてもらって嬉しかったです。今回は新しいダンスを披露できるよう、体力づくりに励んでいます



かとうさとし  
嘉藤聡さん

### オンラインでの参加も



当日は、釜石市の事業所と中継でつながり、心を込めて作った製品などをご紹介します

開催日など  
詳細はこちら





## 「ガイドボランティア」を募集しています

誰かの「出掛けたい」を叶えるボランティア、始めませんか？

ガイドボランティアは障害のある人の移動に付き添うボランティアです。  
18歳以上の人であればどなたでも登録することができます。

### 主な活動内容

朝の登校の付き添い

通所先までの付き添い

日常の買い物や  
散歩などの付き添い

あなたの一步が誰かの一步を支える力に

ちょっとした時間を生かして活動してみませんか？朝や夕方など、  
空いた時間に気軽に参加できます。活動にはボランティア保険が適  
用されるほか、1回の活動につき奨励金が支給されます。

- 活動1回につき1,000円  
(自宅から活動場所まで交通費がかかる場合：1,500円)

これまでボランティアの経験がない人も大歓迎です



### 活動者からの声

仕事の区切りがあったタイミングでたまたま広報よ  
こはまを見て「私でもできるかな？」と思いつつ応  
募したのがこの活動を  
始めるきっかけでした。  
活動を通じて学校や地  
域などさまざまなつなが  
りができて楽しいです。



ガイドボランティア  
林さん

「通学や通所の際に付き添いをお願いしたい」といっ  
たご要望が寄せられています。少しでも興味のある人  
はお気軽にご連絡ください。

また移動についてお困りのことがあ  
りましたら、[移動情報センター](#)へご相談  
ください。

詳細はこちら



問合せ 西区移動情報センター(西区社会福祉協議会) Tel 620-5998 Fax 451-3131 E-mail ido-nishi@yokohamashakyo.jp



## 令和8年度利用希望者向け 放課後児童クラブ個別説明会

「小学生の放課後の居場所」のご案内

小学校入学後、放課後の時間を安心して過ごせる場所として「放課後児童クラブ(学童クラブ)」と「放課後キッズクラブ」があります。  
放課後児童クラブでは、活動の様子や施設の見学もできますので、利用希望のクラブへ直接お問い合わせください。



### 放課後児童クラブについて

- 利用できる日時…平日：原則放課後～19時  
土曜日・学校休業日(日曜・祝日除く)：原則8時30分～19時 ※クラブによって異なります。
- 利用料金…クラブによって異なります。

### ▶クラブ一覧・説明会開催日時

クラブ名	住所・電話番号	説明会開催日時
藤棚台学童クラブ	藤棚町2-197 Tel 243-1500	12月13日(土)10時～12時、1月17日(土)、 2月15日(日)14時～16時 ※藤棚台学童クラブで開催
藤棚台第2学童クラブ	境之谷34-10 Tel 243-1500	
西前学童放課後児童クラブ	中央2-25-8 Tel 312-7909	12月13日(土)、1月10日(土)、2月14日(土)、 3月14日(土)16時～17時
桜木町・大志学童クラブ	桜木町4-17-1 Tel 224-8502	クラブにお問い合わせください
陽だまり学童クラブ	久保町24-35 Tel 325-8409	12月12日(金)18時30分～19時(要予約)
なないろ学童クラブ	浜松町10-10 Tel 315-2176	
FAMよこはまアフタースクール中央	中央1-33-13 高島ビル8階 Tel 548-3365	12月13日(土)10時～11時30分 ※見学会(要予約)
FAMよこはまアフタースクール 高島町	戸部本町51-9 ながせ高島町ビル4階 Tel 594-6482	12月13日(土)13時30分～15時 ※見学会(要予約)

- 📅 2026年に小学校入学予定の子どもがいる保護者
- 📞 要予約のクラブには事前に電話で連絡(13時～19時、日・祝を除く、土曜日は閉所の場合あり)

### 放課後児童クラブはこんな場所

子どもたちは家庭的な雰囲気の  
中で過ごしており、公園での外遊  
びや近所へのお出掛け、季節の行  
事などを楽しんでいます。他校の  
児童と一緒に過ごす中で、自然と  
新しい友達の輪も広がります。

### 放課後キッズクラブ

通学予定の市立小学校に設置  
されています。同じ学区在住の私  
立・国立小学校に通う児童も利用  
できます。



詳細はこちら

問合せ 学校連携・こども担当 Tel 320-8477 Fax 322-9875





## こんな時は土木事務所へ連絡を!

危険な状態を発見したら、すぐに

道路や公園を安全・安心に利用していただくためには、日頃の点検と**皆さんの協力が欠かせません**。  
次のような状況を見かけたら、土木事務所へ連絡ください。**LINEからも簡単に通報できます**。

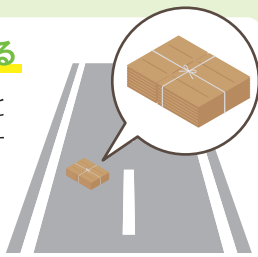
皆さんからの情報が、  
事故の防止や迅速な  
対応につながります



西土木事務所 野田さん

### ●道路に落下物がある

落下物を避けようとした車が事故を起こす恐れがあります



### ●公園の遊具が壊れている

破損した部分で怪我をする恐れがあります



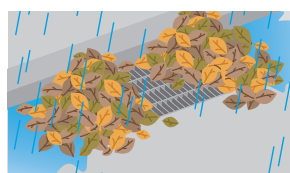
### ●道路に穴が開いている

歩行者やバイクの転倒につながる恐れがあります



### ●側溝が詰まっている

道路の冠水につながる恐れがあります



LINEから通報OK

市公式LINEからも  
通報できます

写真や位置情報を送信して通報することができます。  
通報できる内容はこちらからご確認ください



道路損傷通報システム

問合せ 西土木事務所 Tel 242-1313 fax 241-7582



## 自転車も車の仲間です

その乗り方、ルール違反かも?

令和8年4月から、自転車の交通違反にいわゆる「青切符」が導入されます。ついスマホを操作しながら走ってしまったり、車道を逆走してしまったり……そんな経験、ありませんか。この機会に自転車の交通ルールをしっかり確認して、安全な運転を心がけましょう。

### 交通ルールを守りましょう

#### ① ながらスマホは禁止です

#### ② 原則、車道の左側を通行しましょう

例外的に歩道を通行できる場合もありますが、その場合も歩行者優先です。  
いつでも止まれる速度で、車道寄りを通行しましょう。

##### ▶歩道通行できる場合

運転者が13歳未満または70歳以上の場合 など



この標識がある歩道は  
自転車の通行が可能です

普通自転車及び歩行者等専用標識

#### ③ 標識は必ず守りましょう

#### ④ ヘルメットを着用しましょう

例



一方通行標識



車両進入禁止標識



一時停止標識

詳しい交通ルールが学べる神奈川県警察**スマートチリンスクール**はこちら



### 「青切符」って何?

交通違反をした場合に交付される書類で、反則金の納付が求められます。16歳以上が取り締まりの対象です。

#### 主な違反例と反則金額

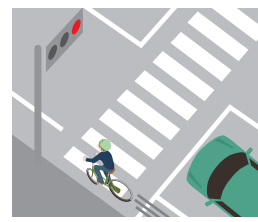
違反例 **ながらスマホ**

反則金額 **12,000円**



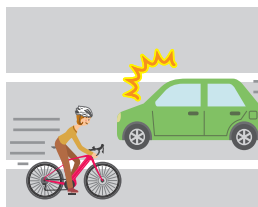
違反例 **信号無視**

反則金額 **6,000円**



違反例 **車道の右側通行**

反則金額 **6,000円**



違反例 **一時不停止**

反則金額 **5,000円**



問合せ 地域振興課 Tel 320-8393 fax 322-5063



にしくインフォメーション

12月号 広報よこはま西区版 読者アンケート

5ページから12ページについてご意見をお寄せください。  
抽選でにしまろちゃんマグネットクリップをプレゼント

① あなたの年代  
② 今月号の特集の感想  
③ 今月号で良かった記事とその理由  
④ 今後、読んでみたい記事  
⑤ その他ご意見・ご感想

【回答方法】ウェブページ・はがき・FAXで「読者アンケート12月号」と明記し、広報相談係(〒220-0051 中央1-5-10 西区役所)まで。12月31日(水)必着

広報よこはま西区 読者アンケート 検索

にしまろちゃんが  
大事なメモを  
しっかりキープ

問 広報相談係  
Tel 320-8321  
Fax 314-8894

掲載しているイベントなどは、中止・延期になる場合があります。開催有無は事前にご確認ください。

お知らせ

市民医療講演会

専門医に聞く便秘・便漏れについて  
講師:松島病院副院長 松島小百合さん  
🕒2月5日(木)14時~15時(開場:13時30分)  
📍西区医師会(中央1-15-18)  
👤先着30人  
📅12月11日(木)~ ウェブページまたは電話  
📍西区医師会  
Tel 322-5715  
Fax 324-1938

市民啓発講演会「心不全パндеミックに立ち向かう!」参加者募集

最新の治療とセルフマネジメントについて専門の医師から話を聞きましょう  
講師:けいゆう病院循環器内科部長 菅野康夫さん  
🕒1月17日(土)14時~15時30分(開場:13時40分)  
📍区役所3階3AB会議室 ※ZOOM参加可能  
👤先着50人  
📅12月11日(木)~ ウェブページまたは電話 ※ZOOM参加の場合はウェブページ  
📍西区在宅医療相談室  
Tel 620-5830  
Fax 320-3062

年末年始のお知らせ ※年末年始のごみの収集日程は4ページに掲載

急な病気のときは  
🕒12月30日(火)~1月3日(土)10時~16時  
📍西区休日急患診療所(中央1-15-18)  
【診療科目】内科・小児科 📍西区医師会 Tel 322-5715

施設休館日 ※別途施設ごとに休館日があります

12月28日(日)~1月4日(日) 区役所(婚姻・出生・死亡などの戸籍の届出は期間中も「夜間受付窓口」でお預かりします。)、地区センター(西、藤棚)、平沼集会所、野毛山荘 ※野毛山荘のデイサービス(通所介護)は12月29日(月)~1月3日(土)

12月28日(日)~1月5日(月) 西区地域子育て支援拠点 スマイル・ポート

12月29日(月)~1月3日(土)  
コミュニティハウス(浅間、戸部、西前小、稲荷台小、東小、軽井沢)、地域ケアプラザ(浅間台、藤棚、宮崎、戸部本町)、にしも広場、西区福祉保健活動拠点「フクシア」、横浜市民ギャラリー、西公会堂、西スポーツセンター(12月28日(日)、1月4日(日)は9時開館、プールおよびサブアリーナは改修工事のため4日以降も利用できません)、中央図書館(1月4日(日)は12時~17時開館)

12月29日(月)~1月4日(日) 横浜駅行政サービスコーナー

※境之谷公園こどもログハウスは、5月末まで改修工事のため休館します  
※横浜能楽堂は、6月ごろまで改修工事のため休館します

西区今昔かるた絵札・読み札展

全44枚の絵札・読み札を展示します。西区の魅力を再発見してみませんか  
🕒11月26日(水)~12月14日(日)  
📍中央図書館1階(老松町1-1)  
📍地域振興課(4階48番窓口)  
Tel 320-8391 Fax 322-5063  
📧ni-gakushu@city.yokohama.lg.jp

西区民・青葉区民ご招待DAYラグビーを観に行こう!

横浜キャノンイーグルスホストゲーム(vsコベルコ神戸スティーラーズ)に無料招待します  
🕒1月24日(土)14時30分キックオフ(開場:12時30分)  
📍ニッパツ三ツ沢球技場(神奈川区三ツ沢西町3-1)  
👤西区・青葉区内在住・在勤・在学者と家族 先着1,000人  
📅12月24日(水)~ ウェブページ ※1人4枚まで  
📍横浜キャノンイーグルス横浜事務局  
Tel 664-3731



福祉保健だより 12月11日(木)~1月10日(土)に予約・実施するものを掲載しています。会場の記載がないものは区役所3階で受け付けます。問合せ・申込み ●健康づくり係 Tel 320-8439~40 Fax 324-3703 ●こども家庭支援担当 Tel 320-8467 Fax 322-9875

	検診名など	日時	内容・対象など	問合せ
健康相談	健康づくり相談 <small>電話予約</small>	12月11日(木)、1月8日(木) 13時30分~16時30分 12月26日(金)9時~12時	栄養士や保健師などへの個別相談(1回45分程度)。相談内容例:糖尿病、高血圧、禁煙についてなど	健康づくり係
	HIV(エイズ)・梅毒検査 <small>電話予約</small>	第1・第2火曜(祝日除く) 13時30分~14時	血液検査(匿名で受けられます)。結果は原則1週間後に同会場で直接本人にお知らせ	
	女性の健康相談 <small>電話予約</small>	随時	助産師などへの、妊娠、出産などの各ライフステージに応じた相談	こども家庭支援担当
赤ちゃん と家族	離乳食教室 <small>WEB予約</small>	12月17日(水)13時30分~15時	離乳食の講話と実演・試食など 📍おむね生後7~9カ月(1日2回の離乳食)の子どもと家族 📍スプーン(子ども用と大人用)、エプロン(子ども用) 詳細は <a href="#">西区役所 離乳食教室</a> <a href="#">検索</a>	健康づくり係
	こども食生活健康相談 <small>電話予約</small>	12月17日(水)9時~12時	離乳食、幼児食、偏食や少食など、赤ちゃんから高校生までの子どもの食生活についての相談	
	乳幼児健診 ※詳細は個別通知をご覧ください	4か月児 :12月11日(木)、1月8日(木) 受付:8時45分~10時 1歳6か月児:12月23日(火) 受付:8時45分~10時15分 3歳児 :12月18日(木) 受付:12時45分~13時55分		
	乳幼児・妊産婦歯科相談 <small>WEB予約</small>	12月22日(月) 13時30分、14時、14時30分	歯科健診、歯磨き相談 📍未就学児、妊産婦 📍母子健康手帳、普段お使いの歯ブラシ(なければ不要) 詳細は <a href="#">西区役所 乳幼児歯科相談</a> <a href="#">検索</a>	
	母乳育児相談 <small>電話予約</small>	12月11日(木)~1月10日(土)に母乳育児相談はありません。		
	話してスッキリ! ほっとたいむ <small>電話予約</small>	12月11日(木)~1月10日(土)に話してスッキリ!ほっとたいむはありません。		
	プレバパマクラスA <small>WEB予約</small> 12月11日(木)9時~25日(木)9時	1月14日(水)	「お産の経過と過ごし方」「ママと赤ちゃんの歯や食事の話」「出産前後の手続きについて」	こども家庭支援担当
	プレバパマクラスB <small>WEB予約</small> 12月11日(木)9時~1月1日(木・祝)9時	1月26日(月)	「赤ちゃんのいる生活(講義)」「パートナーと一緒にできるヨガ・ストレッチの紹介」 ※体を動かしやすい服装で参加、フェイスタオルを持参してください。	
	プレバパマクラスC <small>WEB予約</small> 12月11日(木)9時~22日(月)9時	1月10日(土)	「パパママ二人で子育て(講義)」「沐浴・抱っこなどの体験」「子育て中の親子との交流」 ※スマイル・ポートでも同内容の講座を受けられます。日程などの詳細は <a href="#">スマイル・ポート プレバパマクラス</a> <a href="#">検索</a> Tel 264-4355	
	南浅間保育園 育児相談 オンライン相談は <small>WEB予約</small>	月~金曜(祝日除く)9時30分~16時	保育士への子育て相談(電話・来園・オンライン) ※電話・来園は予約不要 詳細は <a href="#">南浅間保育園 子育て支援</a> <a href="#">検索</a> Tel 312-0942 Fax 312-0867	南浅間保育園



マークの  
見方

🕒 日 時 📍 場 所 👤 対象・定員 🎒 持ち物 💵 費用 📄 一時託児

📄 申込み 🗨️ 問合せ ☎️ 電 話 📠 FAX 📧 Eメール 🛋️ 休館日

申込方法

はがき・FAX・Eメールで申し込むときは必要事項(行事名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号)を、往復はがきの場合は返信用部分に自分の住所を必ず記入してください。費用の記載がないものは無料です。申込みの記載がないものは直接会場へ。

## 西区消防出初式

岡野中学校和太鼓部の演奏、式典、救助訓練・一斉放水などを行います

🕒 1月6日(火)10時～12時30分

📍 みなとみらい本町小学校(高島1-2-3)

🗨️ 西消防署 ☎️ Tel/Fax 313-0119

📧 sy-nishi-sy@city.yokohama.lg.jp

## 施設から

### 中央図書館

〒220-0032 老松町1

☎️ Tel 262-0050 ☎️ Fax 231-8299

🛋️ 休 二次元コード参照



### ●土ようびのおはなし会

ボランティアによる絵本の読み聞かせです

🕒 12月13日(土)10時30分～10時55分、11時～11時25分

12月20日(土)、1月10日(土)14時～14時25分、14時30分～14時55分 ※毎月第2・第4土曜(年末年始は除く)

📖 1階おはなしのへや

👤 3歳～小学生(保護者同伴可) 各当日先着15人

### ●朗読マラソン

読み手が好きな作品を持ち寄って朗読し楽しむ会に、聴き手として参加しませんか

🕒 12月14日(日)13時～16時

📖 5階第一会議室

👤 当日先着15人

### ●おひざにだっこのおはなし会

わらべうた、手遊び、絵本の読み聞かせなど、親子で一緒に楽しみましょう

🕒 12月17日(水)・20日(土)、1月7日(水)11時～11時30分 ※毎月第1・第3水曜と第3土曜

📖 1階おやこフロア

👤 0～2歳児と保護者 各当日先着10組

### ●水ようびのおはなし会

絵本の読み聞かせを楽しみませんか

🕒 12月24日(水)14時30分～14時55分 ※毎月第2・第4水曜

📖 1階おはなしのへや

👤 3歳～小学生(保護者同伴可) 各当日先着15人

### 浅間コミュニティハウス

〒220-0072 浅間町5-375-1

☎️ Tel 311-6085 ☎️ Fax 311-6050

🛋️ 休 毎月第3月曜日(祝日は翌平日)



### ●本の福袋

年齢別に選んだ3冊を福袋に入れて貸し出します

🕒 1月5日(月)～10日(土)

👤 先着15人

### ●バレンタインポーセラート

白い食器に好きな柄を焼付け、オリジナル作品を。バレンタインプレゼントにも

🕒 1月24日(土)10時～12時

👤 小学3年生～成人 先着12人

💵 ¥800円

📄 申 12月20日(土)～ 費用持参で来館(9時30分～)または電話(13時～。1週間以内に来館)

### 三ツ沢公園青少年野外活動センター

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1

☎️ Tel 314-7726 ☎️ Fax 311-6444

📧 mitsuzawayo-yoyaku@yspc.or.jp

🛋️ 休 毎月第2月曜日(祝日は翌平日)



### ●もちつき体験会

家族みんなでお餅つきを楽しもう

🕒 1月12日(月・祝)10時～12時、13時～15時

👤 各抽選6組

🎒 エプロン、三角巾、箸、マスク、タオル、動きやすい服装、防寒具、食器・飲み物(必要な人)、雨天時は雨具

💵 ¥0～3歳児300円、4歳以上の未就学児500円、小学生800円、中学生以上1,000円

📄 申 ～12月15日(月) ウェブページまたは往復はがき(消印有効)

### 横浜市民ギャラリー

〒220-0031 宮崎町26-1

☎️ Tel 315-2828 ☎️ Fax 315-3033

🛋️ 休 原則毎月第3月曜日



### ●声を描いてみよう

いろいろな声を出して、聴いて声のイメージを紙に描いてみよう

🕒 1月25日(日)10時30分～12時

👤 年中～年長児と保護者 抽選15組

💵 ¥1,500円

📄 申 ～1月8日(木) ウェブページまたは来館

### にしとも広場

〒220-0051 中央1-5-10(区役所1階)

☎️ Tel/Fax 620-6624

📧 ni-shiencenter@star.ocn.ne.jp

🛋️ 休 毎週水曜日



### ●西区今昔かるた大会

あなたも今日から「西区今昔かるた」マスター!小学生かるた競技体験の部と、誰でも参加できる札を語り合う部の2部構成

🕒 1月17日(土) ①小学生の部:10時30分～12時、②札語りの部:14時～15時30分

👤 ①小学生 抽選20人、②抽選20人

📄 申 ～1月8日(木) ウェブページ、Eメール、電話、FAXまたは来館

### ●いざという時役立つ 救急救命

予期せぬ緊急事態に対応できるよう、心肺蘇生やAEDの操作を学びます

🕒 1月27日(火)13時～15時

👤 抽選12人

📄 申 ～1月13日(火) ウェブページ、Eメール、電話、FAXまたは来館

### ●じぶんらしい第三の居場所づくり

～好きなまちから「はじめのいっぽ」～

講義で学んだ後、西区を飛び出し、地域に根付いた居場所をバスで巡ります

🕒 講義1月31日(土)14時～16時30分

講師:神奈川大学人間科学部 教授 齊藤ゆかさん／地域活動見学バスツアー2月11日(水・祝)12時～16時30分 全2回

👤 抽選15人

💵 バスツアー参加費3,000円(保険代含む) ※昼食代は別途現地にて支払い

📄 申 ～1月25日(日) ウェブページ、Eメール、電話、FAXまたは来館

### 西地区センター

〒220-0073 岡野1-6-41

☎️ Tel 314-7734 ☎️ Fax 320-4260

🛋️ 休 毎月第2月曜日(祝日は翌平日)



### ●お正月のフラワーアレンジメント

お正月にぴったりなお花で新年を迎えましょう

🕒 12月26日(金)14時～15時30分

👤 先着12人

💵 ¥3,000円

📄 申 12月12日(金)～ 来館(9時～)または電話(13時～)

### ●パーソナルカラー講座

自分に似合う色を見つけてみましょう

🕒 1月22日(木)10時～12時

👤 成人 先着10人 ※未就学児同伴不可

💵 ¥500円

📄 申 12月17日(水)～ 来館(9時～)または電話(13時～)

### ●オリジナルハーブティー作り

お好みのハーブや薬膳茶を使って、自分だけの味わいを楽しみましょう

🕒 1月27日(火)13時30分～15時

👤 成人 先着8人 ※未就学児同伴不可

💵 ¥500円

📄 申 12月22日(月)～ 来館(9時～)または電話(13時～)

### 軽井沢コミュニティハウス

〒220-0001 北軽井沢24

☎️ Tel/Fax 324-6771

🛋️ 休 毎週月・木曜日



### ●新春 津軽三味線演奏会

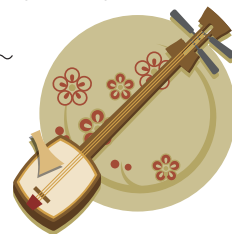
津軽三味線の力強く繊細で独自の音色を楽しみながら、良さを知る演奏会です

演奏者:廣原流師範 廣原武乃さん

🕒 1月18日(日)14時～15時

👤 先着40人

📄 申 12月14日(日)～ 来館または電話



### 藤棚地区センター

〒220-0053 藤棚町2-198

☎️ Tel 253-0388 ☎️ Fax 253-0389

🛋️ 休 毎月第3月曜日(祝日は翌平日)



### ●お話会はじまるよ

「ぼっぼっぼっ」による指人形やパネルシアター、お話を楽しみましょう

🕒 12月12日(金)、1月9日(金)11時30分～12時

👤 未就学児と保護者 各当日先着 12 組

### ●本のクリスマスプレゼント

おすすめの本を袋詰にして貸出します。大人向けと子ども向けがあります

🕒 12月18日(木)～25日(木)

👤 先着10人

### ●お正月ぬりえ展

お正月にちなんだ塗り絵でロビーをいっぱいに。参加者にはプレゼントあり

🕒 1月5日(月)～31日(土)

👤 小学生以下 先着20人

### 戸部コミュニティハウス

〒220-0043 御所山町1-8

☎️ Tel 231-9865 ☎️ Fax 231-9866

🛋️ 休 毎月第3月曜日(祝日は翌平日)



### ●ヘルスメイトと学ぶ健康講座

食を通じて健康づくりを促進する講座です。在宅避難食を作ってみませんか

🕒 1月29日(木)14時～15時30分

👤 成人 先着20人

📄 申 12月11日(木)～ 来館または電話

### 西区地域子育て支援拠点

スマイルポイント

乳幼児を連れて一緒に遊んだり、交流したりできる広場。地域の子育て情報の入手や子育て相談もできます



詳しくはこちら



公式キャラクター  
「ぼーたん&ぼーたんさん」

☎️ Tel 264-4355 ☎️ Fax 264-4350

## スポーツ

### ●西区あるこう会

戸塚七福神巡りをします。約8kmの健康ウォークです

🕒 1月4日(日)9時30分～

📍 地下鉄戸塚駅(戸塚区戸塚町12-1)集合

🎒 持お弁当、飲み物

💵 ¥500円(中学生以下300円)

☎️ 電話

🗨️ 西区スポーツ協会ウォーキング部 渡邊

☎️ Tel 321-1423、090-8502-7342

### ●西区チーム対抗卓球大会

男子の部、女子の部に分かれて開催します

🕒 1月25日(日)9時～

📍 平沼記念体育館(神奈川区三ツ沢西町3-1)

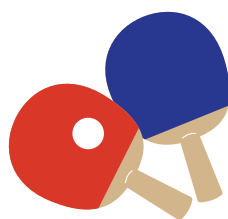
👤 区内在住・在学・在勤者 50チーム(1チーム3人) ※応募者多数の場合は調整あり

💵 ¥1チーム3,000円

📄 申 ～1月7日(水)必着 申込書(西スポーツセンター、西・藤棚地区センターで配布)に記入のうえ郵送(〒220-0062 東久保町19-13 岩田信次宛)

🗨️ 西区スポーツ協会卓球部 岩田

☎️ Tel 241-0345





# にしくインフォメーション



## お知らせPickUP

### 身体の中から温める薬膳料理

一年で最も寒い大寒の時期に、身体を温める薬膳料理について学び、実際に調理して味わいます。栄養士・薬膳料理研究家の講師をお迎えします

**Q** 薬膳料理とは何ですか

**A** 個人の体質・体調や季節などに応じた食べ方で、健康維持や病気予防を目指す料理です。中国の伝統医学「中医学」の考え方がベースです。

**Q** どのような料理を作りますか

**A** ターメリックライス、鶏肉のピーツ煮、ねぎのサラダ、野菜の酒粕スープ、薬膳汁粉、薬膳茶を作る予定です。変更の可能性もあります。

📅 1月21日(水) 10時～13時  
📍 藤棚地区センター(藤棚町2-198)  
👤 先着10人  
💰 1,500円  
📞 12月11日(木)～  
来館(10時～)または電話(13時～)  
📍 藤棚地区センター  
☎ 253-0388 ☎ 253-0389



参考:一昨年の講座で作った薬膳料理

### 手作りパン

焼きたての香りに包まれながら、パン作りの楽しさを体験してみませんか

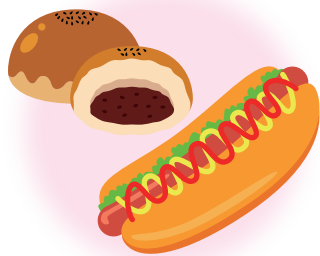
**Q** パン作りの魅力を教えてください

**A** 自宅で作れば安心安全、自分で作れば出来たてが食べられることです。毎回同じようにできないところもパン作りの大きな魅力です。

**Q** 初めてでも上手にパンを作るコツを教えてください

**A** 材料を正確に計量すること、本や動画ではなく、しっかりと対面で習うことです。ぜひ講座に参加してパン作りを始めてみませんか。

📅 1月24日(土)、2月21日(土)、  
3月28日(土) 10時～13時 全3回  
📍 西地区センター(岡野1-6-41)  
👤 先着9人 ※未就学児同伴不可  
💰 3,000円  
📞 12月19日(金)～  
来館(9時～)または電話(13時～)  
📍 西地区センター  
☎ 314-7734 ☎ 320-4260



## 中央図書館

# ぶらり★ライブラリー

野毛山にある中央図書館は170万冊を所蔵し、全国でも有数の規模を誇る公立図書館です。赤ちゃんから大人まで、誰もが楽しめ役に立つ中央図書館にぶらり立ち寄りませんか。

### 第8回 読書の「困った」を解決！

2019年に施行された「読書バリアフリー法※」をご存じですか？一般的な活字の本を読みづらい人も、それぞれに合った方法で読書ができる社会を目指す法律です。図書館でも、この法律の理念に基づき、さまざまな取組を進めています。今回はその取組をご紹介します。

※正式名称「視覚障害者等の読書環境の整備の推進に関する法律」



**アクセス** 〒220-0032 老松町1 京浜急行日ノ出町駅徒歩5分／JR・市営地下鉄桜木町駅徒歩10分  
**開館時間** 火～金曜 9時30分～20時30分／土日祝・月曜・12月28日 9時30分～17時／1月4日 12時～17時  
※専用の駐車場はありません。隣接する野毛山自動車駐車場をご利用ください(普通車95台 有料)

#### ▶ デイジー図書

耳で聞く録音図書です。視覚に障害のある人だけでなく、目で見ても内容の理解が難しい人や、紙の本のページをめくることが難しい人も読書を楽しむことができます。専用機器「プレクストーク」やパソコン、スマートフォンで再生できます。

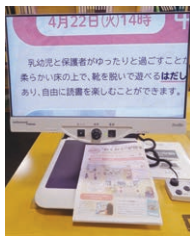
視覚障害のある人などを対象としたサービスに利用登録いただくと、借りることができます。



プレクストーク

#### ▶ 拡大読書器

文字を大きく表示したり、背景と文字の色を反転させたりすることで、読みやすくする機器です。図書館ではどなたでも自由に利用いただけます。



拡大読書器

#### ▶ 大活字本

大きな文字で印刷された本です。図書館カードがあれば、どなたでも借りることができます。

#### ▶ 来館が難しい人へのサービスも



詳細はこちら

📍 中央図書館サービス課 ☎ 262-0050 ☎ 231-8299



温故知新！  
西区のつくるスケッチ

第75回  
スカイビル

横浜駅東口から首都高速道路横羽線下の歩道橋を渡ると、そこが横浜店の隣に30階建てのスカイビルが建っている。今のスカイビルは1996(平成8)年に完成。ビル内には、1階に羽田空港などへ行くバス発着場の横浜シテイエア・ターミナル、多くの商業施設、企業の事務所、レストランなどがある。

今のビルは2代目で、1968(昭和43)年に完成した11階建ての昔のビルを思い出す。一般からの募集でスカイビルの名が付いた。まだ、そこが横浜店や高速道路は無く、国道1号の長い歩道橋を渡って行った。

私はイラストレーターになるための修行時代で、このビルにあった画材店でデザイン用品を買い、ビリヤード場で遊び、時にはスカイ劇場のスカイ寄席を楽しんだ。最上階の2層で回転していたスカイラウンジは目立っていた。ビルの窓から見えた、夕方の美しい富士山のシルエットは忘れられない。

題字：絵と文 鈴木太郎